

週間予定献立表

希望学園

	朝食	昼食	夕食
3/9 (月)	白飯 豆腐とえのきのみそ汁 牛乳 ふきの油炒め 納豆 (オクラ) ピルクル	白飯 芋とネギのみそ汁 かわい煮魚 豆腐のピカタ ささみと野菜ポン酢和え	マーボーなす丼 すまし汁 (あさり) 青梗菜のごま和え りんご
3/10 (火)	白飯 玉葱とさつま揚げのみそ汁 牛乳 にらの卵とじ のり佃煮 バナナ	ドライカレー かき玉スープ もやしとあげのサラダ	白飯 コーンスープ チーズハンバーグ 海藻サラダ
3/11 (水)	白飯 モヤシと若布のみそ汁 牛乳 野菜と豚肉炒め 納豆 (梅) ピルクル	ピラフ フルーツ&紫野菜ジュース カスタードプリン ひじょうしよく めにゅー 非常食メニュー	中華ちらし 中華スープ ザーサイの和え物 しっとり大学芋
3/12 (木)	白飯 すまし汁 (はんぺん) 牛乳 なすのみそ炒め かつおフレーク バナナ	フィッシュサンド オレンジデニッシュ コーンコンソメスープ 芋とピースサラダ	白飯 ナメコスープ ミートボールケチャップ煮 春雨サラダ 青かつぱ
3/13 (金)	白飯 豆腐とネギのみそ汁 牛乳 さつま芋のそぼろ煮 納豆 (しらす干し) ピルクル	白飯 すまし汁 (白玉) 鯖みそ煮 (人参・葱) じゃが芋の金平 三色なます	白飯 玉ネギとあげのみそ汁 カレイの梅肉おろしソース 五目白和え カクテキ
3/14 (土)	白飯 里芋としめじのみそ汁 牛乳 ツナと野菜炒め しそこんぶ バナナ	みそラーメン 白菜の甘酢漬け りんごゼリー 冷水	白飯 えのきとにらのみそ汁 たら粉やき 水晶豆腐ごまだれがけ 人参とじゃこの炒め物
3/15 (日)	白飯 ワカメと卵のすまし汁 牛乳 牛蒡炒め 子持ち昆布巻 ピルクル	白飯 あら汁 竹輪の磯辺揚げ 酢みそ和え (にら) たくあん	白飯 高野豆腐とネギのみそ汁 トシカツ バンバンジー グレープフルーツ